



(\*) Recomendación cena (\*\*) Recomendación comida // A partir de 18 meses

1	2	3	4	5	6	7	I. Nutricional	
lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	sábado	domingo		
<p>(**) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Precocinados con Legumbres y Fruta</p>	<p>(**) 1º Legumbres 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta</p>	<p>(**) 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Fruta</p>	<p>(**) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos (*) 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p>(**) 1º Pasta 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta</p>	<p>(**) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta (*) 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p>(**) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta (*) 1º Arroz 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos</p>	<p>Kcal: 0 HC: 0 Prot: 0 Lip: 0</p>	
<p>Crema de verduras Salchichas cerdo al horno con ensalada Fruta y pan (*) 1º Pasta 2º Pescado con Arroz y Lácteos</p>	<p>Arroz a la cubana Palometa en salsa americana (tomate, ajo y perejil) Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Fruta</p>	<p>Verdura tricolor (patata, zanahoria, judía verde) Estofado de lomo a la cazadora con ensalada Fruta y pan (*) 1º Patatas 2º Precocinados con Arroz y Lácteos</p>	<p>Sopa de cocido Huevos gratinados con tomate con ensalada Postre lácteo y pan (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Patatas y Fruta</p>	<p>Lentejas con verduras Merluza en salsa verde Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Verdura y Lácteos</p>	<p>(**) 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta (*) 1º Arroz 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos</p>	<p>(**) 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta</p>	<p>Kcal: 726 HC: 101 Prot: 26 Lip: 26</p>	
<p>Potaje de garbanzos Tortilla de atún con ensalada Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta</p>	<p>Crema de calabacín Albóndigas en salsa española Fruta y pan (*) 1º Patatas 2º Carne Magra con Verdura y Lácteos</p>	<p>Arroz con tomate Bacalao con verduras Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos</p>	<p>Alubias blancas estofadas Lomo adobado con ensalada Postre lácteo y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Fruta</p>	<p>Pasta napolitana Formas de pescado con ensalada Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Lácteos</p>	<p>(**) 1º Verdura 2º Precocinados con Patatas y Lácteos (*) 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta</p>	<p>(**) 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Fruta (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Lácteos</p>	<p>Kcal: 761 HC: 103 Prot: 29 Lip: 27</p>	
<p>Sopa de pollo casera con arroz Pollo asado con patatas a lo pobre Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Lácteos</p>	<p>Lentejas a la jardinera San Jacobo con ensalada Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Lácteos</p>	<p>Pasta boloñesa Merluza andaluza con ensalada Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Lácteos</p>	<p>Judías verdes salteadas Pinchos morunos con arroz salteado Postre lácteo y pan (*) 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p>Alubias guisadas Tortilla de patatas con ensalada Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne Magra con Arroz y Lácteos</p>	<p>(**) 1º Verdura 2º Huevos con Pasta y Fruta (*) 1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta</p>	<p>(**) 1º Verdura 2º Carne Magra con Pasta y Lácteos (*) 1º Arroz 2º Carne con Verdura y Fruta</p>	<p>Kcal: 758 HC: 104 Prot: 30 Lip: 26</p>	
<p><b>FESTIVO</b> (**) 1º Pasta 2º Precocinados con Verdura y Lácteos (*) 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta</p>	<p>Arroz con tomate Lomo fresco al pimentón rebozado con ensalada Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Pescado con Arroz y Fruta</p>	<p>Lentejas estofadas con verduras Merluza en salsa verde Fruta y pan (*) 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Lácteos</p>	<p>Contenidos en nutrientes correspondientes a una población escolar entre los 9 y los 13 años. Los valores para el rango de 3 a 8 años corresponden a un 80% de los indicados en este menú.</p>					<p>Kcal: 747 HC: 106 Prot: 26 Lip: 25</p>